

# Insomnie et augmentation de l'apnée du sommeil chez les femmes atteintes de SEP



**Par Cara Murez**

*Journaliste de la journée de la santé*

LUNDI 27 mars 2023 (HealthDay News) — Alors que le déclin de la pensée peut être un symptôme courant de la sclérose en plaques chez les femmes, de nouvelles recherches suggèrent que le sommeil, ou son manque, pourrait aggraver les choses.

« Les troubles du sommeil ont acquis une reconnaissance substantielle pour leur rôle dans les troubles cognitifs. [thinking] déclin, qui affecte jusqu'à 70% des personnes atteintes de sclérose en plaques », a expliqué l'auteur de l'étude, le Dr Tiffany Braley, directeur de la division de la sclérose en plaques / neuroimmunologie et de la clinique de fatigue et de sommeil MS de l'Université du Michigan Health.

« Nos résultats ont mis en évidence des voies importantes entre le sommeil et les perceptions de la fonction cognitive chez les femmes atteintes de SEP », a déclaré Braley dans un communiqué de presse universitaire. « Nous avons déjà identifié des associations importantes entre les performances cognitives objectives et le sommeil chez les personnes atteintes de SEP, mais on en sait peu sur comment le sommeil et la SEP interagissent ensemble pour avoir un impact sur les résultats cognitifs à long terme, en particulier chez les femmes qui sont moins susceptibles d'être diagnostiquées avec des troubles du sommeil.

En utilisant les données de plus de 60 000 femmes dans les vagues 2013 et 2017 de l'étude sur la santé des infirmières, les chercheurs ont découvert que les femmes atteintes de SEP étaient plus susceptibles que celles sans SEP de signaler des troubles du sommeil tels que l'apnée obstructive du sommeil, l'insomnie et la somnolence. Les troubles du sommeil identifiés en 2013 ont contribué aux problèmes de réflexion signalés par les femmes atteintes de SEP en 2017, notamment la mémoire et la capacité à suivre les instructions et les conversations, selon les auteurs.

L'apnée du sommeil représentait 34% de l'effet total entre la SEP et la capacité à suivre les instructions, selon l'étude.

Les résultats ont été publiés récemment dans le *Journal de la sclérose en plaques*. « Avec cette conception d'étude longitudinale, nous sommes en mesure de mieux estimer le fardeau des troubles du sommeil chez les infirmières, par rapport aux données sur les réclamations de soins de santé de taille similaire, qui incluent les personnes diagnostiquées avec des troubles du sommeil », a déclaré l'auteur principal de l'étude Galit Levi Dunietsz, associé. professeur à la division de médecine du sommeil du département de neurologie de Michigan Medicine.

« Cependant, comme les troubles du sommeil sont souvent sous-diagnostiqués, les données sur les demandes de soins de santé manquent à de nombreuses personnes souffrant de troubles du sommeil qui n'ont pas été évaluées pour ces conditions », a déclaré Dunietsz dans le communiqué.

Les interventions visant à retarder les problèmes de réflexion peuvent être plus efficaces aux stades pré-symptomatiques ou symptomatiques précoces, a noté Braley.

« Le déclin cognitif perçu, même en l'absence de changements objectifs, pourrait être une fenêtre d'opportunité importante pour identifier les facteurs aggravants traitables, tels que les troubles du sommeil », a-t-elle déclaré.

### **Plus d'information**

La National Multiple Sclerosis Society a plus d'informations sur le déclin de la pensée chez les personnes atteintes de SEP.

SOURCE : Michigan Medicine – Université du Michigan, communiqué de presse, 21 mars 2023